

MENÚS ESCOLARES DO CURSO 2022-23 DO C.E.I.P. PLURILINGÜE SAN ROQUE DARBO

MARZO

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		<ul style="list-style-type: none"> - BRÉCOL CON CENORIAS E ALLADA. - LOMBOS DE PESCADA AO FORNO CON SALSA DE PEMENTOS E PATACAS COCIDAS. - ORELLAS. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA MIXTA: LEITUGA, TOMATE, ESPÁRRAGOS. OVO, CENORIA, CEBOLA E OLIVAS. - ARROZ CON POLO. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - ACELGAS CON OVO COCIDO E ALLADA. - ESPAGUETE CON ATÚN. - FROITA.
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE CABAZA. - XAMONCIÑOS DE POLO AO FORNO CON ARROZ EN BRANCO. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA. - FILETE DE PESCADA Á ROMANA CON BRÉCOL E CENORIA. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - CALDO GALEGO. - TENREIRA GUISADA CON HORTALIZAS. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - XUDÍAS NATURAIS CON OVO E ALLADA. - ARROZ CON LURAS. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA. - CHURRASCO DE PORCO AO FORNO CON CON LEITUGA, TOMATE, CENORIA, CEBOLA E OLIVAS. - FROITA.
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE CABACIÑA. - FILETE DE PEITUGA DE PAVO CON ARROZ EN BRANCO. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA GREGA: TOMATE, QUEIXO FRESCO E OLIVAS NEGRAS . - RAIA EN CALDEIRADA. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE CENORIAS. - ALBÓNDEGAS DE TENREIRA CON ESPAGUETE. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADILLA RUSA. - ANEIS DE CALAMAR CON LEITUGA, TOMATE, CENORIA, CEBOLA, MILLO E OLIVAS. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - POTAXE DE GARAVANZOS. - EMPANADA DE ESPINACAS E QUEIXO. - FROITA.
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
<ul style="list-style-type: none"> - LENTELLAS VEXETAIS. - PANPIZZA. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA MIXTA: LEITUGA, TOMATE, ESPÁRRAGOS. OVO, CENORIA, CEBOLA E OLIVAS. - ARROZ CON BACALLAU. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - VICHYSOISE. - FILETE DE PEITUGA DE POLO CON TIBURÓNS E SALSA DE TOMATE CASEIRA. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA. - SALMÓN AO FORNO CON PATACAS COCIDAS. - XELATINA. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA CRUNCH: LEITUGA, QUEIXO FRESCO, MILLO E CEBOLA. - ZORZA CON PATACAS FRITIDAS. - FROITA.
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	
<ul style="list-style-type: none"> - CHÍCHAROS E CENORIAS CON TAQUIÑOS DE CHOURIZO. - TENREIRA CON FIDEO. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA. - LOMBO DE PESCADA EN SALSA VERDE CON ARROZ EN BRANCO. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - FABADA VEXETAL. - TORLILLA DE PATACAS CON ENSALADA DE BROTES, TOMATES CHERRY, MILLO, CENORIA, CEBOLA E OLIVAS. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - PISTO CON ESPIRAIS. - EMPANADA DE ATÚN. - FROITA. 	



**VIERNES D
DOLORES**

Todos os días pan branco ou integral e auga.